

VOKSENINTRODUKTION I STORE HEDDINGE TK

Drømmer du om at lære at spille tennis?
- eller vil du igang igen?



**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**



TrygFonden

NORDEA
FONDEN

DGI



Sådan kommer du igang

Voksenintroduktion i Store Heddinge Tennisklub er til dig, der gerne vil i gang med tennissporten på en nem og uforpligtende måde.

Voksenintroduktion er:

Fire timers holdtræning - helt uden binding.

Introduktion til de basale tennisteknikker – tilpasset dit niveau.

Kendskab til tennisregler.

Mulighed for at lære klubben at kende og finde en tennismakker på dit eget niveau.

Låneketsjer under hele forløbet

Praktisk information:

Voksenintroduktion er tirsdage d. 8., 15., 22. og 29. maj fra kl. 18-19.

Pris: i alt 150 kr.

Efter forløbets afslutning kan du vælge at melde dig ind i klubben.

Kontingentet er max 600 kr. pr. voksen alt efter medlemstype.

Ved kontingentbetalingen fratrækkes de 150 kr.



Nåede du ikke voksen introduktionsforløbet på tirsdage i maj? Ved flere tilmeldte laves nye hold. Ugedage og tidspunkter aftales, hvor det passer alle.

3

Tennissportens Dag

Mød os på Tennissportens Dag d. 5. maj mellem kl. 11 og 15, hvor der både er åbent hus og standerhejsning, som markerer åbning af sæsonen.

Både voksne og børn er velkomne, og vores trænere og frivillige vil stå klar til at tage godt imod dig, og hjælpe dig godt i gang.

Der serveres på dagen pølser og brød fra grillen, samt øl og vand.

Træning for børn og unge

Vi har også træning for børn og unge i Store Heddinge Tennisklub. Juniorer træner lørdage fra kl. 9.30-12. Tider og opdeling sker ved sæsonstart baseret på alder og niveau.

Alle børn og unge er velkomne til at komme og deltage i træningen tre gange gratis, og der er mulighed for at låne ketsjere i klubben. Efterfølgende koster det kun 50 kr./år for juniorer op til 13 år, og 100 kr./år op til 18 år. Kontingentet gælder både for indmeldelse i klubben, hvor man kan spille ubegrænset på banerne igennem sæsonen, samt juniortræning.

Så måske er det noget for dit barn eller barnebarn?

Kontakt

Du kan kontakte træner Morten Østergaard på 24 44 05 10 el. m.g.ostergaard@gmail.com for nærmere information og spørgsmål.

Se ligeledes mere på Store Heddingens hjemmeside:

Stk1909.dk

Om Bevæg dig for livet

Bevæg dig for livet er en invitation til fællesskab, motivation og nye idéer til at dyrke idræt og motion. Det starter med dig – og involverer hele Danmark.

**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**